

Школа

МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева

Отд./корп

День

15.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223,24	Запеканка творожная с соусом молочным (сладким)	230	67,28	508	26	36	81
	гор.напиток	303,16	Кофейный напиток с молоком	200	16,99	141	5	3	25
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	3,60	133	5	0	30
	фрукты	28,01	Яблоко	150	33,75	43	0	0	43
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	7*3П	Салат "Витаминный" (капуста, кукуруза)заправленный растительным маслом	60	4,74	39	1	3	2
	1 блюдо	66236,1	Борщ "Симбирский" на бульоне	200	21,77	79	2	3	13
	2 блюдо	255	Гуляш из кур	100	32,57	211	19	12	7
	гарнир	332	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	8,25	190	6	3	36
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	5,1	Хлеб ржано - пшеничный	70	4,20	127	2	0	24
	напиток	407	Сок фруктовый	200	23,50	86	0	0	22
					216,65				